

Hal Umum yang Perlu Anda Tahu

SEMBUHKAN PENYAKIT FISIKMU SEKARANG JUGA
SEMBUHKAN PENYAKIT FISIKMU SEKARANG JUGA

BERHENTI MEMBENCI APAPUN DAN SIAPAPUN

Saudara2ku..... sudah lama saya belajar dan belajar terus..... berhenti untuk membenci apapun dan siapapun.....

Meskipun terasa teramat sulit pada awalnya, tapi terus saja saya coba dan coba berusaha untuk tidak menyerah...

Mengapa....?

Semua PENYAKIT TUBUH DAN PIKIRAN itu bersumber dari KEBENCIAN.

SESUNGGUHNYA KITA BISA MENYEMBUHKAN SEMUA PENYAKIT KITA SENDIRI JIKA KITA MAU, DAN KITA TAHU OBATNYA YANG PALING AMPUH

Louis Hay

Suatu ketika saya pernah mengalami berbagai macam penyakit yang gak sembuh-sembuh.

Mulai sakit kepala sebelah, kolesterol tinggi, trigliserida tinggi, asam urat ambang batas atas.

Pegal-pegal di pundak, mudah sekali lelah dan mengantuk, mudah sekali terserang flu dsb.

Sampai bosan rasanya minum obat ini dan minum obat itu... atau terapi kesana dan kemari.

Sampai akhirnya saya tertarik untuk belajar ilmu penyembuhan dari berbagai orang yang memang tubuhnya selalu sehat dan hampir tidak pernah sakit.

Dari guru penyembuhan tersebut saya belajar bahwa sesungguhnya penyakit bukanlah MUSUH KITA. Sesungguhnya penyakit adalah sahabat baik yang selalu setia datang untuk mengingatkan kita bahwa ada cara berpikir kita yang salah, ada cara hidup kita yang salah, ada pola makan kita yang salah, ada pola kerja dan istirahat kita yang salah.

Sejak menyadari bahwa para penyakit ini bukanlah sebuah hukuman melainkan para sahabat, jadi akhirnya sy memeluk para sahabat saya yang bernama penyakit ini, dan bersyukur bahwa sesungguhnya para penyakit inilah sahabat sejati saya yang selalu datang kapanpun di butuhkan untuk mengingatkan ketika ada yang salah dengan pikiran dan pola hidup saya.

Sungguh seperti sebuah jalan penyembuhan dari sebuah buku yg diberikan kepada saya dari Bunda Anna (Sahabat guru Gobind) yang berjudul YOU CAN HEAL YOUR LIFE.

Buku itu dengan jelas memaparkan mengapa para sahabat-sahabat kita PENYAKIT yang namanya berbeda-beda itu datang mengunjungki kita pada saat ada yang salah dengan pikiran kita

Misalnya:

1. Penyakit flu dan pilek, sahabat ini datang pada kita saat kita lari dari tanggung jawab, dan kurang istirahat. Coba deh ingat-ingat ketika kita mulai bersin-bersin biasanya kita baru saja melarikan diri dari tanggung jawab. "Saya sampai tertawa menertawakan diri sendiri, kok bisa ya perilaku kita berhubungan dengan penyakit"? (Jika jawaban kita karena alergi itu penjelasan ilmiahnya, tapi jika tidak ada pemicu alergi/alergan lalu kita bersin-bersin coba deh ingat2 lagi)
2. Jantung berdebar tak teratur, sahabat ini datang pada saat kita khawatir akan terjadi sesuatu atau takut kehilangan plus saat kita terlalu banyak makan-makanan yang berlemak atau berkolesterol tinggi.
3. Migrain atau sakit kepala sebelah, sahabat ini datang ketika kita dalam keadaan tertekan dan merasa tidak mampu menyelesaikan masalah plus kurang tidur.
4. Insomnia sulit tidur atau tidak nyeyak, sahabat ini datang ketika merasa ada pikiran yang mengganjal dan belum terselesaikan atau sulit untuk mengungkapkannya.

5. Bahkan hingga sahabat yang bernama Cancer/Kanker itu datang apa bila kita secara jangka panjang merasa sangat bersalah terhadap sesuatu.

Lalu saya bertanya "apa buktinya kalau pikiran itu bisa menyebabkan penyakit fisik ?"

Lalu sang guru menjawab sambil tersenyum.

"Coba lihat lah orang yang sudah tidak lagi menggunakan pikirannya yang ada di rumah sakit jiwa; rata-rata mereka sehat-sehat saja sakit fisik meskipun sering kali kita mendapati hidupnya tidak higienis"

"Lantas adakah obat yang paling ampuh untuk semua jenis penyakit tersebut karena meskipun ia sahabat baik tapi kita sebenarnya tidak ingin ia datang dan datang lagi." Tanya saya penasaran.

Kembali sang guru menjawab lembut, "Ada dua obat yang sangat ampuh bila di gunakan bersamaan hasilnya akan membuat para sahabat penyakit tersebut pergi menjauh dan bahkan tidak pernah datang lagi."

"Wah jadi semakin penasaran Nih... apa itu nama obatnya ?"

"Yang pertama nama obat itu adalah "Rasa Bersyukur"

"Ya, Bersyukur atas apa yang ada, apa saja semisal kita bersyukur karena bisa bernafas dengan lega apa lagi tanpa harus membeli oksigen seperti orang yang sedang di rawat di ICU rumah sakit."

"Yang kedua adalah Ikhlas Berserah Diri"

"Ya, ikhlas terhadap apa saja yang terjadi pada kita, atau yang kita alami, karena setiap kejadian itu bersumber dari kita sendiri, begitu kata hukum Aksi Reaksi, orang lain hanya bereaksi atas apa yang kita lakukan, semisal ada orang yang marah pada kita pasti suatu ketika kita pernah marah pada orang lain, dan terimalah ini sebagai sebuah proses untuk menyadarkan begitulah rasanya jika kita di marahi oleh orang. Dan setelah itu Surrender atau berserah diri pada Tuhan atas pelajaran hidup yang kita dapatkan."

"Siapapun yang bisa menggunakan dua obat itu setiap hari dan setiap saat, maka lihat saja hasilnya. Sahabat-sahabat yang bernama penyakit tersebut perlahan-lahan akan pergi meninggalkan kita. Tanpa kembali lagi... kecuali kita kembali mengulangi kesalahan cara berpikir yang sama." Begitu ucapan penutup dari sang guru penyembuh.

Ternyata melalui penelitiannya Prof. Masaru Emoto pernah menulis efek pikiran terhadap tubuh sebagai mana yang pernah di sharing oleh Mama Nina seorang sahabat facebooker dari Malaysia sbb:

Dalam Buku "The Healing dan Discovering the Power of the Water" (By: Dr. Masaru Emoto) disimpulkan bahwa :

1. MARAH selama 5 menit akan menyebabkan sistem imun tubuh kita menjadi lemah selama 6 jam.
2. DENDAM dan MENYIMPAN KEPAHITAN akan menyebabkan imun tubuh kita mati.. Dari situlah bermula segala penyakit, seperti Stress, Kolesterol, Hipertensi, Serangan Jantung, Rheumatik, Arthritis, Stroke (perdarahan/penyumbatan pembuluh darah).....
3. Jika kita sering membiarkan diri kita Stress, maka kita sering mengalami Gangguan Pencernaan.
4. Jika kita sering merasa KHAWATIR, maka kita mudah terkena penyakit Nyeri Bahu atau pinggang
5. Jika kita MUDAH TERSINGGUNG, maka kita akan cenderung terkena penyakit Insomnia (susah tidur).
6. Jika kita sering mengalami KEBINGUNGAN, maka kita akan terkena Gangguan Tulang Belakang Bagian Bawah.
7. Jika kita sering membiarkan diri kita merasa TAKUT yang BERLEBIHAN, maka kita akan mudah terkena penyakit GINJAL.
8. Jika kita suka ber-NEGATIVE THINKING, maka kita akan mudah terkena DYSPEPSIA (penyakit sulit mencerna).

9. Jika kita mudah EMOSI & cenderung PEMARAH, maka kita terdedah terhadap penyakit HEPATITIS dan Hipertensi.

10. Jika kita sering merasa "SOMBONG" (tidak pernah peduli) terhadap lingkungan, maka kita akan berpotensi mengalami Penurunan Kekebalan Tubuh.

12. Jika kita sering MENGGANGGAP MUDAH/"Menganggap Remeh" semua persoalan, maka hal ini boleh mengakibatkan penyakit Diabetes.

13. Jika kita sering merasa KESEPIAN, maka kita boleh terkena penyakit Demensia Senilis (berkurangnya memori dan kontrol fungsi tubuh).

14. Jika kita sering BERSEDIH dan merasa selalu RENDAH DIRI, maka kita boleh terkena penyakit Leukemia (kanker darah putih)
Sekian...

Yuk mari kita praktekkan !

Semoga para sahabat penyakit yang ada di tubuh kita segera pergi seiring dengan usaha kita untuk selalu bersyukur dan berserah diri.

Bersyukurlah selalu, berkat selalu ada pd setiap insan yg rendah hati

ANAK INDIGO

ANAK INDIGO

Anak Indigo atau Anak Nila (Indigo Children) adalah istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan anak yang diyakini memiliki kemampuan atau sifat yang special, tidak biasa, dan bahkan supranatural.

Dalam kamus bahasa Indonesia, kata indigo berarti warna biru tua yang diperoleh dari tumbuhan nila atau tarum.

Pencetus kata istilah anak indigo pertama kali adalah Nancy Ann Tappe, seorang paranormal. Dalam bukunya yang berjudul "Understanding Your Life Through Color", menyebutkan bahwa indigo terbentuk karena warna yang ada disekitar anak-anak biru tua, yaitu warna kehidupan atau biasa dikenal dengan warna AURA. Nancy menjelaskan bahwa semenjak pertengahan tahun 1960-an, ia mulai menyadari bahwa ada banyak anak yang lahir dengan aura "indigo" (dalam publikasi lain Tappe juga mengatakan bahwa warna indigo atau Nila berasal dari "warna kehidupan" anak yang ia dapatkan melalui sinetesia).

Gagasan ini kemudian dipopulerkan oleh buku yang berjudul The Indigo Children : The New Kids Have Arrived (Anak Indigo : Anak-anak Baru Telah Tiba) pada tahun 1998. Buku ini ditulis oleh Lee Carroll dan Jan Tober.

Pada tahun 2002, konferensi internasional untuk anak indigo yang dihadiri oleh kurang lebih 600 orang diadakan di Hawaii.

Konferensi pada tahun-tahun berikutnya diadakan di Florida dan Oregon.

Beberapa film bertajuk indigo juga telah dibuat, seperti Indigo pada tahun 2003 yang disutradai oleh James Twyman.

Film mengenai indigo juga dirilis di Rusia pada tahun 2008.

KARAKTERISTIK

Beberapa ciri anak indigo adalah :

- . Empatik, penuh rasa ingin tahu, berkeinginan kuat, independen, dan sering dianggap aneh oleh teman dan keluarga.
- . Mengenal dirinya dan memiliki tujuan yang jelas
- . Memiliki spiritualitas di bawah sadar yang kuat semenjak kecil
- . Meyakini bahwa dirinya layak untuk berada di dunia.

Kebanyakan anak indigo memiliki indera keenam yang lebih kuat jika dibanding dengan orang biasa. Anak-anak yang terlahir dengan aura nila ini dipercaya memiliki kekuatan spiritual lebih dari rata-rata.

Mereka memiliki kepekaan tinggi terhadap masalah-masalah terjadi disekitar mereka.

Anak indigo kebanyakan bisa melihat sesuatu yang belum terjadi atau sebaliknya, bisa melihat masa lampau.

Bisa juga melihat makhluk atau materi-materi halus yang tidak tertangkap oleh indera penglihatan biasa. Kemampuan seperti inilah yang masuk dalam wilayah ESP (Extra-Sensory Perception) atau indera keenam (Six Sense).

Indera keenam ini terletak pada cakra mata ketiga di kening. Cakra mata ketiga adalah hal yang menggambarkan kekuatan batin yang luar biasa tajam di atas kemampuan yang dimiliki oleh kebanyakan orang. Anak indigo biasanya banyak bertanya tentang banyak hal, misalnya, kenapa harus begini, kenapa harus begitu? Mengapa tidak boleh seperti ini? Dia akan merasa heran dengan hal yang dirasakan tidak masuk akal. Sebagai contoh, mengapa orang harus sekolah berjam-jam? Mengapa masuk kelas harus berbaris? Bukankah tanpa berbaris pun bisa masuk kelas dengan tertib?

Atau, mengapa harus tidur jam 9 malam dan lain sebagainya. Pada prinsipnya anak indigo butuh penjelasan logis untuk semua hal. Sehingga peranan orang tua sangat berpengaruh dalam kehidupan anak tersebut, dan jika orang tuanya tidak mengerti bahwa anaknya indigo maka anaknya cenderung terkesan pemberontak, agresif, dan nakal, ini disebabkan karena si anak merasa "sendirian dan tidak dipahami", bahkan oleh orang tuanya sendiri. Yang lebih masuk akal apabila orang tua lebih memilih meyakini bahwa anak mereka itu spesial dan terpilih untuk misi yang penting daripada menerima kenyataan bahwa anak mereka mengidap penyakit.

Menurut Tober dan Carroll, anak indigo mungkin tidak memiliki performa yang baik di sekolah karena menolak mengikuti aturan, lebih pintar (atau lebih matang secara spiritual) dari guru mereka, dan kurang tanggap terhadap disiplin yang didasarkan kepada rasa bersalah, takut atau manipulasi.

Hanya karena sulit diterima akal sehat, kemampuan unik anak-anak indigo sering terabaikan. Kebanyakan orang sulit memahami bahwa anak indigo bisa membaca pikiran, melihat peristiwa yang belum terjadi atau bahkan mengobati penyakit.

"Yang paling terekspose adalah kemampuan interdimensional. Padahal kalau yang humanis, perikemanusiaannya tinggi, itu malah jarang (diekspose)," kata dr Tb Erwin Kusuma, SpKj(K), psikiater anak dari RSPAD Gatot Subroto saat ditemui detikHealth, seperti ditulis Rabu (3/10/2012).

Menurut dr Erwin, secara umum ada 4 jenis kemampuan anak indigo dan kemampuan yang dimiliki anak-anak itu bisa berbeda-beda

Keempat jenis kemampuan anak indigo yang dimaksud adalah sebagai berikut :

1. INTERDIMENSIONAL

Menurut dr Erwin, kemampuan ini paling sering diekspose karena bagi kebanyakan orang sulit diterima akal sehat.

Contoh kemampuan jenis ini antara lain bisa melihat dan berkomunikasi dengan makhluk halus.

2. HUMANIS

Kemampuan ini berhubungan dengan perikemanusiaan, sehingga tidak terlalu kontroversial. Anak indigo dengan kemampuan ini memiliki cara yang unik dalam berkomunikasi dengan manusia lain serta lebih dalam berkomunikasi dengan manusia lain serta bisa lebih peka terhadap perasaan orang lain.

3. KONSEPTUALIS

Anak indigo yang memiliki kemampuan ini sering memiliki konsep atau pemikiran yang sulit dipahami oleh orang lain.

4. ARTIS

Jenis kemampuan anak indigo yang satu ini menonjol di bidang seni. Karya seni yang dihasilkan anak indigo dengan kemampuan ini cenderung bernuansa spiritual, misalnya puisi yang banyak berbicara tentang makhluk halus.

Terkait kemampuan interdimensional, dr Erwin mencontohkan salah satu kelebihan anak indigo yang disebut clairvoyance.

Berasal dari Bahasa Perancis, kemampuan ini berarti bisa melihat peristiwa di tempat lain yang terjadi pada waktu yang bersamaan.

Ada juga kemampuan pre-cognition, yakni melihat peristiwa yang belum terjadi di suatu tempat. Sebaliknya adalah post-cognition atau sering disebut juga retro-cognition atau melihat peristiwa yang terjadi pada masa lalu, di suatu tempat yang baru pertama kali dikunjungi.

Anak indigo pada umumnya juga cerdas secara intelektual, sehingga seringkali lebih cepat dari yang lain dalam menyelesaikan tugas di sekolahnya. Akibatnya ia punya lebih banyak waktu luang, lalu berkegiatan sendiri dan akhirnya dikira hiperaktif.

"Padahal keduanya sama sekali berbeda, hiperaktif itu gerakannya cenderung tidak terkoordinir sehingga mudah jatuh dan sebagainya. Kalau indigo, itu hanya karena sudah selesai saja pekerjaannya," tambah dr Erwin.

dr Erwin menuturkan kebanyakan anak indigo bisa melihat sesuatu yang belum terjadi atau mampu melihat makhluk halus yang tidak bisa dilihat oleh mata. Kemampuan spiritual ini masuk dalam wilayah ESP (Extra Sensory Perception).

"Memang anak bayi kebanyakan memiliki kemampuan melihat makhluk halus. Tapi seiring bertambahnya umur, kemampuan tersebut akan menghilang. Namun pada anak indigo kemampuannya ini tidak dapat hilang." ujar dr. Erwin. Pada anak-anak, hilangnya kemampuan merasakan makhluk halus karena dalam perkembangannya ia banyak mempelajari matematika dan ilmu pengetahuan lain, sedangkan pada anak indigo karena ia memiliki kemampuan ESP, yaitu kemampuan yang melebihi persepsi inderawi yang dimiliki manusia.

Lebih lanjut dr. Erwin menjelaskan dulu kebudayaan timur selalu mengajarkan untuk melakukan meditasi untuk mengasah hal-hal seperti indra keenam. Namun sebenarnya indigo adalah sifat yang dilahirkan dan tidak dapat dipelajari, serta kemampuan yang dimilikinya ini juga tidak dapat dilatih.

10 KEMAMPUAN UNIK ANAK INDIGO

1. TELEPATI yaitu kemampuan membaca pikiran dan perasaan manusia atau makhluk lain (mind to mind communication) tanpa harus mengenal batasan ruang.

Kemampuan membaca pikiran dan perasaan dimiliki oleh hampir semua anak indigo.

Sementara kemampuan berkomunikasi jarak jauh hanya dimiliki oleh sebagian anak indigo saja.

2. CLAIRVOYANCE yaitu kemampuan untuk melihat kejadian yang sedang terjadi di tempat yang lain. Sama seperti pikiran dan perasaan yang memancarkan gelombang. Setiap peristiwa di alam juga memancarkan gelombang. Gelombang tersebut terpancar dari makhluk yang terlibat dalam peristiwa tersebut.

3. PRECOGNITION yaitu kemampuan mengetahui peristiwa yang akan terjadi di masa mendatang atau belum terjadi.

4. TELEKINETIK yaitu kemampuan menggerakkan benda dari jarak jauh. Akan tetapi, kemampuan untuk menggerakkan benda dengan massa besar tidak umum dimiliki oleh orang-orang indigo.

5. RETROKOGNITION yaitu berhubungan dengan kemampuan melihat masa lampau.

6. MEDIUMSHIP yaitu kemampuan berkomunikasi dengan makhluk halus untuk mencari informasi. Melihat makhluk dan berkomunikasi dengan makhluk lain yang tidak terlihat termasuk dalam kemampuan ini. Mereka berkomunikasi dengan cara menangkap gelombang pikiran makhluk tersebut. Tapi tidak semua orang indigo bisa berkomunikasi dengan makhluk halus. Biasanya mereka hanya melihat.

7. PSIKOMETRI yaitu kemampuan menggali informasi dan berkomunikasi dengan objek apapun. Hal ini dimungkinkan karena setiap benda terdiri atas susunan atom yang berbentuk molekul. Molekul pada benda padat, gas atau cair bergetar.

Getarannya lalu menghasilkan gelombang.

Gelombang dari getaran tersebutlah yang dibaca oleh orang indigo. Mereka mampu mendeteksi asli atau tidaknya sebuah foto yang merekam makhluk halus ataupun kekuatan getaran dari patung (rupang), relik serta arca-arca dan lain-lain.

8. SUGESTI HIPNOSIS yaitu kemampuan menghipnosis dengan kemampuan telepatinya dan sekalipun mereka tidak pernah mempelajarinya. Proses sugestinya berjalan lambat, tetapi bersifat permanen dan bisa diwariskan.

9. ANALITIK yaitu kecerdasan (IQ) orang indigo rata-rata di atas 120. Dengan kemampuan ini ia akan lebih mudah mengerti data-data, meskipun data-data tersebut dikumpulkan secara acak.

10. KEMAMPUAN BERKOMUNIKASI dengan makhluk yang lebih tinggi derajatnya misalnya para dewa.

Kesepuluh kemampuan ini tidak semuanya dimiliki oleh anak-anak indigo. Namun apabila ingin mempertajam dan memiliki semua kemampuan di atas, mereka harus melatihnya, salah satu caranya yakni melalui meditasi. Karena pada dasarnya setiap anak indigo sudah memiliki 10 kemampuan tersebut cuma tidak "tajam/sensitif"

sehingga kalau mereka mau mengasahnya maka 10 kemampuan ini akan muncul maksimal.

INDIGO BUKAN PENYAKIT

Banyak orang yang memiliki persepsi yang salah seputar anak indigo, bahkan mereka mengatakan bahwa ia merupakan anak dengan penyakit kelainan otak. Namun ini tidak diikuti dengan bukti yang kuat.

Dalam hal ini, Badan Kesehatan Dunia (WHO) tidak mencantumkan anak indigo pada daftar penyakit anak atau cacat mental.

Sesungguhnya anak indigo seperti hidup dalam dua alam, yaitu alam tempat ia dilahirkan dan pada alam sebagaimana ia memiliki kehidupan lain yang secara langsung mempengaruhi otaknya. Kemampuan otaknya menjadi luar biasa, bahkan cara berpikirnya sudah seperti orang dewasa, namun sifat dasar kekanak-kanakan tetap ada, seperti masih terlibat bermain bersama teman-teman sebayanya.

APAKAH ANAK ANDA INDIGO ?

Untuk mengetahui apakah anak anda sendiri indigo, jawablah pertanyaan berikut :

1. Apakah anak anda sering bersikap seperti bangsawan ?
2. Apakah anak anda memiliki perasaan pantas diterima ?
3. Apakah anak anda mempunyai perasaan bahwa dirinya dapat dimengerti ?
4. Apakah anak anda sulit menghadapi disiplin dan kekuasaan ?
5. Apakah anak anda menolak untuk mengerjakan hal-hal pasti yang diminta untuk dikerjakan ?
6. Apakah kegiatan antri tak disukai anak anda ?
7. Apakah anak anda tidak menyukai sistem yang berorientasi ritual/mekanikal dan sedikit memerlukan kreatifitas ?
8. Apakah anak anda sering dapat mengetahui cara-cara yang lebih baik dalam mengerjakan sesuatu, baik di rumah atau di sekolah ?
9. Apakah anak anda tidak mudah kompromi ?
10. Apakah anak anda tidak merespon/takut pada ancaman ?
11. Apakah anak anda mudah bosan terhadap pekerjaan yang ditugaskan ?
12. Apakah anak anda terlihat mempunyai gejala ADD ?
13. Apakah anak anda kreatif ?
14. Apakah anak anda terlihat mempunyai intuisi yang tajam ?
15. Apakah anak anda mempunyai sikap empati yang menonjol terhadap orang lain ?
16. Apakah anak anda mempunyai pemikiran yang abstract ?
17. Apakah anak anda cerdas ?
18. Apakah anak anda sangat berbakat (yang diidentifikasi sebagai karunia) ?
19. Apakah anak anda terlihat sebagai pengkhayal ?
20. Apakah anak anda terlihat memancarkan mata orang dewasa, bijak dan dalam ?
21. Apakah anak anda mempunyai kecerdasan spiritual ?

Jika anda mempunyai 10 jawaban "YA", maka anak anda kemungkinan adalah indigo.

Jika jawaban "YA" lebih dari 15, maka anak anda dipastikan sebagai anak indigo.

TIPS UNTUK MENDIDIK ANAK INDIGO

Wendy Chapman, memberikan 10 tips untuk mendidik anak-anak indigo, sebagai berikut :

1. PERLAKUKAN MEREKA DENGAN PENUH PENGHARGAAN.

Jika anda tidak menunjukkan penghargaan kepada mereka, mereka juga akan demikian, walaupun anda mempunyai otoritas atau kekuasaan.

2. DENGARKAN PENDAPAT MEREKA.

Mereka perlu tahu bahwa anda peduli dan mengenali sistem nilai mereka.

3. KEMBANGKAN KEMAMPUAN MEREKA.

Beri mereka pilihan, seperti misalnya tipe produk yang akan dipelajari, apa perintah untuk pekerjaan yang harus dilakukan, pilihan antara dua kegiatan itu.

Memiliki suara yang didengar membuat rasa yang berbeda atas penghargaan diri, biasanya akan mendorong mereka untuk berpartisipasi dalam pilihan yang sudah mereka buat dan konsekuensi akan memperbaiki sikap mereka terhadap anda dan terhadap pendidikan.

4. BANGUNLAH SIKAP KOPERATIF DAN HINDARI MEMBERI PERINTAH.

Anak indigo tidak akan peduli terhadap hal-hal yang dimaksudkan untuk mengontrol mereka.

Mereka akan peduli terhadap perlakuan yang bersifat adil dan baik.

5. BANTU MEREKA MELAKUKAN HAL YANG BERBEDA.

Jika mereka frustrasi, misalnya pekerjaan sekolah, sehingga mereka merasa sendiri di dunia, bantulah mendorong mereka untuk berbuat sesuatu yang positif untuk merubahnya. Seperti menulis surat, karya tulis, puisi, membuat poster, T-shirt, mengorganisasi kelompok diskusi.

6. BANTU MEREKA MEMBANGUN BAKAT DAN KEMAMPUANNYA.

Dorong mereka untuk kreatif dan berani mengekspresikan kepribadian mereka yang unik.

7. BERSIKAP TOLERAN TERHADAP EMOSINYA YANG EKSTRIM.

Bantu mereka membuat keseimbangan menggunakan aromaterapi, ijinakan mereka minum air putih di kelas, bersikap tenang, atau latihan meditasi.

8. DORONG MEREKA UNTUK MENJADI SUMBER KEDAMAIAN BAGI ORANG LAIN.

Indigo dilahirkan untuk menjadi sumber kedamaian. Dorong mereka untuk melatihnya. Hal ini akan membangun komunikasi dan welas asih. Jadilah pembimbingnya dalam hal ini.

9. JELASKAN MENGAPA UNTUK SEMUA HAL.

Mengapa ada aturan, mengapa mereka perlu untuk mengerjakan pekerjaan/sekolah.

Mengapa dunia seperti ini ?

Jika anda tidak mempunyai jawaban.

10. KURANGI OBAT-OBATAN UNTUK ADD.

Indigo bukan ADD, tapi indigo secara alamiah memberikan perhatian pada sesuatu secara selektif. Jika mereka dapat fokus pada sesuatu yang mereka pilih untuk jangka waktu yang lama, kemungkinan anak ini indigo, bukan ADD.

Walaupun nampaknya ada masalah pada perhatian, carilah alternatif terapi, bukan dengan Ritalin, jangan menekan kreatifitas alamiah dan kepemimpinan indigo, tetapi bantulah untuk mengorganisir.

Sebagai orangtua, anda juga harus membuat anak indigo disiplin, dan membuat mereka belajar tentang perilaku yang bisa diterima atau tidak. Dan belajar untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak bisa diterima.

Bersikaplah adil, dan berikan batas toleransi yang pantas. Katakan yang sesungguhnya sesuai dengan umurnya, dan jangan bohong karena mereka akan tahu. Katakan bahwa dia dicintai dan peluk sebanyak mungkin.

Indigo juga eksploratif dan banyak energi.

Akan sangat menolong jika orangtua membantu menyalurkan energi pada sesuatu yang menyenangkan, produktif dan tidak berbahaya.

Apakah anak-anak indigo bisa menjadi orang yang sukses ?

Pengalaman membuktikan, bahwa banyak anak indigo yang jika penanganannya benar, akan menjadi orang yang sukses, bisa lulus dari universitas, ada yang menjadi psikolog, psikiater, bahkan pemusik andal.

Jadi, coba teliti apakah di keluarga ada yang indigo ? Jangan khawatir, jika anda memahami mereka serta dapat mengelola dengan baik, maka anak indigo adalah anak yang menyenangkan, dan tingkat kesuksesannya di masyarakat cukup tinggi.

ENAKKAH MENJADI ANAK INDIGO ?

Sebagai penulis saya sering dihadapkan dengan pertanyaan seperti diatas. Banyak umat yang ingin bisa melihat makhluk halus seperti anak-anak indigo.

Ada yang bertujuan untuk bersenang-senang, penasaran, pamer (ini yang paling diminati), ingin membantu orang lain, tentu saja ada juga yang ingin mempunyai kemampuan seperti ini untuk cari uang (dengan memperdaya atau menakut-nakuti umat yang tidak mengerti).

Kalau anda pernah bertemu dan bergaul dengan anak-anak indigo" asli", dengan mudah dan cepat mereka akan menjawab "TIDAK ENAK". Sangat memungkinkan semua anak indigo akan setuju dengan jawaban di atas.

Tahukah anda ?

Anak-anak indigo hidup di dalam 2 dunia seperti tidak memiliki batas dengan alam supranatural. Otomatis mental mereka harus siap dan kuat untuk berhadapan dengan makhluk-makhluk halus setiap waktu, tidak peduli pagi, siang bahkan tengah malam.

Misalkan, selama setahun anda dipusingkan dengan menghadapi berbagai penampakan yang kerap berseliweran dihadapan anda.

Bayangkan ! Setahun penuh melihat makhluk halus yang bermacam-macam bentuknya.

Dimana asyiknya ?

Tentu saja kondisi seperti ini akan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Apalagi saat anda mengendarai

mobil atau motor, tiba-tiba di depan anda ada makhluk halus yang menyeberang jalan.

Salah satu anak indigo pernah cerita kepada penulis, suatu malam saat itu dia sedang sendirian di rumah dan kebetulan saat itu sedang ada pemadaman listrik, dia lalu keluar dari kamar tidurnya yang di lantai dua sambil bawa senter untuk turun ke lantai bawah untuk mengambil sesuatu.

Seperti yang kita bayangkan saat itu gelap gulita, sambil menenteng senter dia turun ke bawah. Ketika dia sedang menuruni anak tangga itu tiba-tiba di ujung tangga sebelah bawah berdiri sesosok manusia yang sedang menatap dirinya. Katanya saat itu dia kaget setengah hati karena dia sadar bahwa di rumah tersebut ia tinggal sendirian. Setelah dia perhatikan benar-benar ternyata yang dia anggap manusia itu adalah makhluk halus yang mendiami rumahnya. Kejadian-kejadian kecil berupa kejutan seperti inilah yang paling sering dihadapi oleh anak-anak indigo.

Karena makhluk-makhluk halus ini sering muncul tiba-tiba di waktu dan tempat yang tidak kita duga sebelumnya.

Apalagi menurut pengalaman selama bergaul dengan anak-anak indigo ternyata makhluk halus mengerti siapa-siapa saja yang mempunyai kemampuan melihat keberadaan mereka. Sehingga mereka cenderung akan mengikuti orang-orang tersebut untuk diminta pertolongannya. Mulai dari minta tolong menyampaikan pesan pada keluarganya sampai minta pelimpahan jasa.

Dan seandainya anda diamankan atau pura-pura tidak mendengar (cara ini yang paling sering dipraktikkan oleh anak-anak indigo karena mereka juga ketakutan melihat makhluk halus)- mereka akan mengikuti anda kemanapun anda pergi bahkan ada kejadian mereka ikut masuk ke kamar tidur anda dan duduk sepanjang malam disamping anda (apakah anda siap ?). Ini akan berlanjut sampai anda bersedia membantu mereka. Dan yang luar biasanya selesai satu anda bantu, besok-besok akan ada lagi yang lain ngantri minta bantuan anda.

Dan ada juga kisah dengan seorang pria yang mencoba mengasah ketajaman mata ketiganya agar bisa melihat makhluk halus. Awalnya karena penasaran dan hanya ingin pamer saja bahwa dia mampu melihat alam halus. Singkat cerita melalui latihan-latihan meditasi mata batinnya terbuka dan mulailah dia bisa melihat makhluk-makhluk halus tersebut. Karena sejak awal hanya penasaran dan untuk pamer saja, dia tidak siap menerima kenyataan yang akan segera dia hadapi. Setiap saat silih berganti dia didatangi berbagai makhluk halus minta pertolongannya, seperti yang kita ketahui tidak semua makhluk halus itu berwujud "manis", yang sering malah menakutkan/menyeramkan. Akhirnya dia hidup dalam ketakutan dan hampir mengalami gangguan jiwa.

(Peringatan : umat yang bisa terbuka mata batinnya melihat makhluk halus melalui meditasi, hanya mereka yang mempunyai bakat bawaan sejak lahir, ciri-cirinya adalah sejak masih bayi mereka sudah bisa melihat atau berinteraksi dengan makhluk halus, tetapi bagi mereka yang dari sejak lahir sampai hari ini tidak bisa melihat makhluk halus; mau meditasi jenis apa pun (kalau mengambil istilah Bhante Uttamo: mau dicongkel pakai obeng sekalipun) tetap tidak akan terbuka.

PENIPUAN MENGATASNAMAKAN INDIGO

Seperti yang sudah dijelaskan bahwa anak-anak indigo memiliki berbagai kelebihan yang tidak dimiliki oleh manusia biasa. Sehingga sekarang ini banyak penipu yang menggunakan modus anak indigo untuk menipu umat Buddha pada khususnya.

Penulis secara tidak sengaja bertemu dengan seorang umat yang baru mengenal ajaran Buddha di Jakarta sebut saja NV yang menceritakan bahwa dia mempunyai kenalan AN (gadis) seorang anak indigo yang tinggalnya di Kalimantan. Awalnya penulis tidak menaruh curiga dengan ceritanya.

Tapi dengan berjalannya waktu si NV sering berbagi cerita mengenai AN kepadaku, yang katanya AN setiap pagi sering melihat naga berputar di atas salah satu vihara.

Sampai suatu saat diceritakan bahwa AN mengatakan kepadanya bahwa dia pernah saat meditasi masuk ke Nibbana/Nirwana sebentar dan keluar lagi. Sontak saya tertawa mendengar cerita seperti ini, tapi bagi NV yang baru belajar Dhamma tentu merasa AN itu hebat.

Akhirnya NV pelan-pelan saya nasehatin dan diberi pengertian bahwa AN itu sudah membohonginya tapi karena selama ini NV sudah terlanjur percaya pada AN awalnya memang agak susah menasehatinya.

Sampai suatu sore tiba-tiba NV hubungi saya dan mengatakan bahwa sekarang arwah papanya sedang bersama AN (katanya sengaja diundang AN untuk berkomunikasi dengan NV lewat telepon).

Dan AN bertanya kira-kira keluarga mau bertanya apa pada Alm. papanya.

Pada umumnya di mana-mana kalau keluarga diberi kesempatan bertanya seperti ini, biasanya akan bertanya bagaimana keadaan Almarhum di alam sana. Tetapi kali ini mamanya si NV tidak bertanya seperti itu, malah bertanya kepada Almarhum suaminya

dimana kunci rumah yang dipegangnya sebelum kecelakaan (papanya NV meninggal mendadak di jalan raya) dan siapa lagi yang punya hutang pada mereka. Terang saja AN kelimpungan menjawabnya, lantas AN jawab seadanya "tidak tahu", sehingga NV bingung mendapat jawaban seperti ini.

Makanya dia langsung menghubungi saya.

Saya katakan kalau benar si AN itu benar-benar bertemu dengan Almarhum papa NV, seharusnya papanya tahu semua jawabannya.

Karena meskipun mereka terlahir di alam Peta/hantu mereka masih menyimpan memory semasa hidup sebagai manusia sehingga mereka bisa memberi mimpi pada anak-cucunya untuk meminta pelimpahan jasa (Pattidana) dan sebagainya.

Pertanyaan-pertanyaan di atas pasti diketahui oleh Almarhum. Jadi tidak ada kemungkinan almarhum tidak tahu. Ini jelas-jelas penipuan.

Ternyata bukan hanya NV seorang yang menjadi korbannya, setelah kasus ini terkuak dan terbongkar ternyata ada Meichi atau Atthasilani juga yang sempat menjadi korban penipuannya. Setelah sadar bahwa selama ini dia dikerjain oleh AN barulah NV ceritakan semuanya, bahwa AN selama ini pernah minta di belikan Handphone dan kalau butuh uang dia akan minta pada NV, menurut NV uangnya sudah jutaan yang dikirim ke AN.

Dan kabar terakhir yang sampai ke penulis bahwa AN mengaku bahwa sekarang dalam meditasi dia sudah bisa terangkat atau terbang. Bahkan tidak lama lagi akan buka praktek di Kalimantan.

MENGAPA HAL ITU BEGITU MUDAH TERJADI ?

Biasanya mereka memanfaatkan rasa keingintahuan atau rasa takut Anda.

Dan hal yang terpenting adalah apapun yang nanti mereka sampaikan kepada anda, anda tidak bisa memastikan kebenarannya.

Akibatnya anda terpaksa menelannya mentah-mentah, suka ataupun tidak suka.

Kejadian seperti di atas bukan hanya terjadi di Kalimantan saja tapi di pulau Jawa juga banyak yang menggunakan modus-modus seperti ini. Mereka barusan bisa melihat makhluk halus sekelebat-sekelebat sudah merasa indigo lalu buka praktek. Akibatnya banyak umat yang tertipu.

Himbauan penulis bagi para pembaca berhati-hati lah terhadap mereka-mereka ini, biasanya mereka memanfaatkan ketidaktahuan dan juga rasa takut Anda.

Biasanya mereka akan menakut-nakuti anda dengan berbagai cara, misalnya dengan cerita-cerita, penampakan bahkan sampai mimpi. Cobalah untuk Ehipassiko, jangan apa-apa langsung percaya.

Menurut pengalaman penulis selama beberapa tahun bergaul dengan teman-teman yang benar-benar indigo.

Mereka justru menghindari dari tatapan masyarakat.

Mereka tidak ingin kemampuan indigo mereka diketahui oleh orang banyak (bandingkan dengan mereka yang buka praktek).

Mereka hanya akan membantu atau berbagi dengan orang-orang yang memang dia percayai dapat menjaga rahasianya.

Semua ini terjadi karena mereka sejak dini merasa diri mereka aneh, lain dari anak-anak seusianya, bahkan tidak jarang keluarga mereka sendiri mengucilkan mereka karena dianggap aneh.

Sehingga sangat bertolak belakang dengan mereka-mereka yang sengaja mengatakan diri mereka indigo lalu ujung-ujungnya cari uang.

Semoga Anda tidak mudah begitu saja mempercayai seseorang yang mengatakan bisa supranatural / gaib.

Dan yang lebih penting, janganlah terlebih dahulu mengkultuskan dewa/dewi, Bodhisatta, kyai, pertapa-pertapa, meditasiwan-meditasiwan, sebelum nalar dan logika anda menyatakan ada kebenarannya, sudah melihat/merasakan buktinya.

SEMOGA SEMUA MAKHLUK BERBAHAGIA.

Dr. Gupta mengatakan, Tidak ada yang harus mati karena kanker kecuali karena kecerobohan;

Copas dari group sebelah....

Dr. Gupta mengatakan, Tidak ada yang harus mati karena kanker kecuali karena kecerobohan;

(1). Langkah pertama adalah menghentikan semua asupan gula, tanpa gula di tubuh Anda, sel kanker akan mati secara alami.

(2). Langkah kedua adalah memadukan seluruh buah lemon dengan secangkir air panas dan meminumnya selama sekitar 1-3 bulan hal pertama sebelum makanan dan kanker hilang, penelitian oleh Maryland College of Medicine mengatakan, ini 1000 kali lebih baik daripada kemoterapi.

(3). Langkah ketiga adalah meminum 3 sendok minyak kelapa organik, pagi dan malam dan kanker akan hilang, Anda bisa memilih salah satu dari dua terapi ini setelah menghindari gula.

Ketidaktahuan bukanlah alasan; Saya telah berbagi informasi ini selama lebih dari 5 tahun.

Biarkan semua orang di sekitar Anda tahu. Tuhan memberkati.

03/11/17, 10:35:39 AM: Filter Daun: ♦ Silakan maju: ♦

"Dr. Guruprasad Reddy BV, OSH NEGARA MEDIS UNIVERSITAS MOSKOW, RUSIA □□□

Mendorong setiap orang menerima buletin ini untuk meneruskannya ke sepuluh orang lainnya, tentu setidaknya satu kehidupan akan diselamatkan ... Saya telah melakukan bagian saya, semoga Anda dapat membantu bagian Anda. terima kasih!

Minum air jeruk nipis bisa mencegah kanker.

Jangan tambahkan gula. Air lemon panas lebih bermanfaat daripada air lemon dingin.

Kedua ubi jalar ubi jalar ungu memiliki khasiat pencegahan kanker yang baik. ☞

01. ☞ Sering makan malam bisa meningkatkan kemungkinan terkena kanker perut.

02. ☞ Tidak lebih dari 4 butir telur per minggu.

03. Mengisi bagian belakang ayam bisa menyebabkan kanker perut.

04. ☞ Jangan pernah makan buah setelah makan. Buah harus dimakan sebelum makan.

05. ☞ Jangan minum teh selama periode menstruasi.

06. ☞ Kurang minum susu kedelai, tidak menambahkan gula atau telur ke susu kedelai.

07. ☞ Jangan makan tomat dengan perut kosong

08. ☞ Minumlah segelas air putih setiap pagi sebelum makanan untuk mencegah batu empedu.

09. ☞ Tidak ada makanan 3 jam sebelum tidur.

10. Minum sedikit minuman keras atau hindari, tidak ada khasiat nutrisi namun bisa menyebabkan diabetes dan hipertensi.

11. ☞ Jangan makan roti-roti saat sedang panas dari oven atau pemanggang roti.

12. ☞ Jangan mengisi daya handphone Anda atau perangkat apa pun di sebelah Anda saat Anda tidur.

13. Minum 10 gelas air putih setiap hari untuk mencegah kanker kandung kemih.

14. ☞ Drink lebih banyak air di siang hari, kurang di malam hari.

15. ☞ Jangan minum lebih dari 2 cangkir kopi sehari, bisa menyebabkan insomnia dan lambung.

16. Makanlah sedikit makanan berminyak. Dibutuhkan 5-7 jam untuk mencerna mereka, membuat Anda merasa lelah.

17. ☞ Setelah jam 5 sore, makan lebih sedikit.

18. Enam jenis makanan yang membuat Anda bahagia: pisang, jeruk bali, bayam, labu, buah persik.

19. ☞ Tidur kurang dari 8 jam sehari bisa memburuk fungsi otak kita. Sambil beristirahat di Istirahat selama setengah jam mungkin akan membuat penampilan kita awet muda.

20. 📌 Ayam masak memiliki khasiat penyembuhan yang lebih baik daripada tomat mentah.

Air jeruk nipis dapat menopang kesehatan Anda dan membuat Anda hidup lebih lama!

Air lemon panas membunuh sel kanker 📌

Tambahkan air panas sampai 2-3 irisan lemon. Jadikan itu minuman sehari-hari

Kepahitan dalam air lemon panas adalah zat terbaik untuk membunuh sel kanker.

Air lemon dingin hanya mengandung vitamin C, tidak ada pencegahan kanker.

Air lemon panas bisa mengendalikan pertumbuhan tumor kanker. 📌

Tes klinis telah membuktikan bahwa air lemon panas bekerja. 📌

Pengobatan ekstrak jenis Lemon ini hanya akan menghancurkan sel ganas, namun tidak mempengaruhi sel sehat.

Selanjutnya ... asam sitrat dan polifenol lemon di jus lemon samping, dapat membantu mengurangi tekanan darah tinggi, • pencegahan yang efektif terhadap trombosis vena dalam, memperbaiki sirkulasi darah 📌, dan mengurangi penggumpalan darah. 📌

Tidak peduli seberapa sibuknya Anda, tolong cari waktu untuk membaca ini, lalu beritahu orang lain untuk menyebarkan cinta! 📌

Ket: Sebaiknya tanya kedokternya masing2

Mengobati gagal ginjal, kanker lidah sampai pemulihan eks pecandu narkoba.

TOLONG DI SHARE copy Paste dari Whatsapp Group

Resep Rahasia dari NTT.

Mengobati gagal ginjal, kanker lidah sampai pemulihan eks pecandu narkoba.

Ternyata hanya butuh 3 bahan saja.

Sumber (Dwi Wahyono)

Tempo hari saat saya tugas ke NTT saya lihat Kepala Kejaksaan Tinggi NTT pak John Walingson Purba terlihat segar bugar bersih putih kulitnya serta sehat sekali.

Saya bertegur sapa dengan beliau "Bapak tampak sehat sekali...".

Kemudian beliau bercerita :

"Ya, dahulu memang saya sakit gagal ginjal serta saya harus bersihkan darah. Bahkan juga asam urat saya mencapai 14. Dokterpun sudah angkat tangan dengan penyakit saya ini. Tetapi sekarang saya sembuh total hanya dengan mengkonsumsi ramuan yang diberikan oleh Sinshe saya.

Ramuan itu yaitu :

1. 11 (sebelas) siung bawang putih tunggal.
2. 3 buah bawang Bombay.
3. 3 (tiga) buah jeruk nipis (bukan jeruk lemon)

Ketiga bahan itu diblender semua jadi satu. Jeruk nipisnya diblender seluruhnya beserta kulit serta biji-bijinya sekalian. Nah ramuan herbal tersebut dikonsumsi satu hari 3 x 1 sendok makan, sebelum makan. Walhasil pak Kajati sembuh total dari penyakit gagal ginjalnya itu serta ramuan tersebut yang ditularkan kepada kami Tim Inspeksi Umum dari Jakarta.

Kata beliau sang Sinshe nya berpesan bila sudah sakit apapun mengkonsumsi ini bakal sehat. Sekalipun dokter telah memvonis tidak bakalan sembuh.

Pulang dari Kupang pak Irmud Intel Pidsus Tjahyo Aditomo langsung bikin ramuan itu serta walhasil seluruh keluhannya hilang. Rasa kantuk yang senantiasa melanda waktu jam-jam kerja jadi hilang. Begitupun linu-linu di tangan beliau.

Juga punya anak yang divonis dokter mengalami gejala kanker lidah.

Tetapi ajaib sudah mengkonsumsinya jadi sembuh sama sekali.

Satu lagi, Pemeriksa Datun Ibu Riama Sihite mempunyai pembantu eks pecandu narkoba. Tekanan darahnya selalu di atas 200/100. Tiap-tiap bangun pagi selalu tidak dapat langsung duduk serta harus pelan-pelan untuk bisa duduk.

Lalu sang pembantu itu membuat ramuan dan dikonsumsinya. Dan sekarang sudah sehat kembali.

Semoga bermanfaat

Catatan :

Saat diblender tidak perlu ditambah air.

AGNES HEMALOKA,.. "GURU MEDITASI" TITIEK PUSPA

AGNES HEMALOKA,..

"GURU MEDITASI" TITIEK PUSPA

21 Oct, 2016 By otcadm

Titiek Puspa sembuh dari kanker ovarium stadium 3.....

Penyanyi dan pencipta lagu itu mengatakan, ia sembuh karena meditasi.

Setelah menjalani kemoterapi di Singapura, ... Titiek Puspa melakukan meditasi di kediaman Ny. Agnes Ambar Hemaloka....

Bermeditasi 5x1 jam/hari selama 13 hari,

Titiek Puspa merasa bahagia yang amat sangat dan kondisi kesehatannya dirasakan membaik.

Kontrol ke RS di Singapura tiga bulan kemudian, berikutnya dan berikutnya lagi, ... dokter menyatakan Titiek sudah "clean" dari kanker....!!!

Menurut Ny. Hemaloka,

"Ibu Titiek Puspa sembuh 'bukan' karena saya, tapi karena dirinya sendiri. Beliau itu luar biasa."

Ia tidak merasa sebagai "guru meditasi" Titiek Puspa, karena praktis baru mengenal artis senior itu sekembali Titiek puspa menjalani 4x kemoterapi dan radioterapi di Singapura (OTC Digest, edisi Februari 2014).

Ibu 2 anak dan nenek 3 cucu ini tak hendak mengesankan diri sebagai guru spiritual atau suhu meditasi.

Ia mulai mendalami meditasi di usia 50 tahun.

Belasan tahun ia belajar dari beberapa guru.

Banyak cara meditasi dan menurutnya, "Semua meditasi itu baik."

Di rumahnya di komplek perumahan Sunrise Garden, Kedoya Utara, Jakarta Barat,

ia tidak secara khusus membuka praktek penyembuhan dengan metode meditasi.

Kadang ada yang menelepon dan menceriterakan gangguan kesehatan yang diderita. Atau sedang galau karena masalah tertentu.

“Saya katakan, datang saja ke rumah. Kita meditasi bersama,” katanya.

Tamunya ada yang mengidap :

- lupus,
- kanker,
- stroke,
- pembuluh jantung tersumbat dan lain-lain.

Setelah beberapa kali meditasi, ada pasien yang tidak jadi operasi by pass, atau batal pasang ring....!!!

Ada yang berkata:

masa hanya dengan duduk diam, penyakit bisa sembuh....???

”Untuk sehat kembali, pikiran harus tenang. Ikhlas, pasrah,” katanya.

Penyakit seperti kanker stadium akhir, untuk sembuh bisanya sulit.

Kadang, Ny. Hema mengajar meditasi ke kota lain.

Ada gereja Katolik yang meminta untuk mengajari para biarawati.....

“Mereka cepat belajar,” katanya.

“Mungkin karena secara spiritual mereka lebih siap.”

Untuk mewadahi mereka yang pernah meditasi bersama,
dibentuk Kemuning (Kelompok Meditasi Menuju Hening).

Secara berkala, mereka yang berasal dari lintas etnis dan lintas kepercayaan meditasi bersama sebulan sekali.

Doa tanpa kata

Menurut Ny. Hemaloka, meditasi adalah menyatukan dua meridian utama dalam tubuh, untuk menjadi chi (power, kekuatan).

Saat meditasi, semua perasaan negatif seperti

- iri,
- dengki,
- benci,
- marah,
- dendam,
- stres
- dan lain-lain perlu dihilangkan.

Metode meditasi Ny. Hemaloka, seseorang cukup duduk di lantai atau di kursi....!!!

- Punggung tegak lurus.
- Kedua tangan di atas paha.
- Mata terpejam.
- Posisi lidah bagian atas menempel ke langit-langit mulut, atau tekuk lidah ke atas.
- Tarik napas seperti biasa dan hembuskan napas ke arah ulu hati.
- Hilangkan semua pikiran negatif.

“Lakukan 20-30 menit atau satu jam pagi hari, sore atau kapan saja,” ujarnya.

Samakah meditasi dengan berdoa seperti dalam ajaran agama...???

“Berdoa, lakukan sebelum meditasi,”

Ny. Hemaloka.

“Meditasi itu doa tanpa kata-kata.”

Bagaimana menjelaskannya bahwa meditasi dapat menyembuhkan penyakit seseorang...???

“Pada dasarnya, tubuh manusia dapat menyembuhkan dirinya sendiri,” ujarnya.

“Meditasi juga dapat dimanfaatkan untuk bermacam kebutuhan. Misalnya memunculkan ide-ide kreatif.”

Dr. Shigeo Haruyama, dokter spesialis bedah saluran pencernaan dari Jepang dan penulis buku best seller “The Miracle of Endorphin” menyatakan,

“Meditasi adalah inti seni penyembuhan Timur.”

Baginya, meditasi bukan semata “mengosongkan isi kepala”.

“Jika ada sesuatu yang merasuk ke dalam pikiran, dan kita merasa nyaman, itu juga bentuk meditasi,” katanya.

Maka, ia sering meditasi sambil berjalan, bukan hanya duduk diam menenangkan diri.

Berdasar pengalamannya, duduk diam kurang dapat memunculkan pikiran-pikiran baik.

Katanya,

“Pikiran yang indah dan kreatif lebih banyak muncul saat meditasi sambil berjalan.

Meditasi sambil berjalan efektifitasnya bisa 3-4 kali lipat.”

Seperti Dr. Shigeo, Ny. Hemaloka berpendapat :
Stres merupakan akar segala penyakit.

Stres membuat sistem kekebalan tubuh terganggu.

Sebaliknya, ...

sikap mental positif, gembira, bahagia, dapat memperpanjang umur dan menjauhkan penyakit....!!!

Dan, meditasi saja tidak cukup.

Perlu diet (mengatur pola makan). Ny. Hemaloka biasa mengonsumsi tomat, alpukat, jahe, jamur kuping. Kita bisa mengonsumsi makanan sehat apa saja yang disukai.

<http://www.otcdigest.id/kisah/agnes-hemaloka->

DAUN KELOR (Moringa Oelivera)

Moringa Oelivera

Di Eropa dan Amerika sedang happening sekali disebutnya Miracle Tree

Ternyata itu di Indonesia namanya pohon KELOR
Khasiatnya Tidak Ada Yang Menandingi...

Kandungan Vitamin dan Mineralnya... daun KELOR ter-Tinggi diantara buah atau sayuran...

- Vit C nya dalam daun KELOR kadar yang sama adalah 3x buah Jeruk...

- Proteinnya 3x

- Kalsiumnya 7X dibanding Susu

Di Jerman di jual Ekstraknya dalam kapsul Sangat Mahal... namanya Kapsul Moringa

Hanya dengan makan daun KELOR saja...

semua kebutuhan nutrisi telah terpenuhi...
dan mudah terserap tubuh
karena pada dasarnya manusia dari struktur pencernaan adalah HERBIVORA / pemakan daun2an.

Alhamdulillah ...

Murah dan menyembuhkan segala penyakit...
diantaranya...

- Kanker Stadium 4
 - Jantung
 - Diabetes
 - Kolesterol
 - Asam Urat
- dan...
- Penyakit Degeneratif lain... dan hebatnya nikmat dimakan...

Pohon yang mudah ditanam dan karena khasiatnya luarbiasa
maka alangkah baiknya ditanam di rumah, di kantor, di taman umum
langsung di tanah atau di pot.

Ketika di konfirmasi kebenaran konten ini kepada Prof. Rudy Purwanto (IPB)

Beliau membenarkan konten ini

Beliau katakan bahwa KELOR

merupakan tanaman yang istimewa untuk obat.

Ternyata

untuk sehat tidak harus mahal

tidak perlu perawatan kesehatan ke luar negeri bukan ... ?

Bisa dimulai dari pekarangan rumah kita

MORINGA OLIVERA udah diakui oleh FAO

#melanxingHebring

#LseHerba

POHON AJAIB KELOR telah dinobatkan oleh WHO sebagai pohon ajaib

Seiring berjalannya waktu penelitian ilmiah tentang manfaat daun kelor yang didengungkan sejak dahulu pun diteliti secara ilmiah. Seorang ahli obat tradisional, Gunter Harnisch dalam pengantar buku mengenai keajaiban pohon kelor menyebutkan keunggulan tanaman kelor berdasarkan beberapa penelitian seperti diungkapkan Peneliti Senior Bidang Etnobotani Pusat Penelitian Biologi-LIPI, Eko B. Walujo dalam Seminar Ilmiah Tanaman Obat Kelor di Kantor Badan POM, Jakarta pada Rabu (12/8/2015).

Berikut keunggulan tanaman kelor dibandingkan sayuran yang lain:

- 2X lebih banyak dari protein pada kedelai.
- 6X lebih banyak dari Vitamin C pada jeruk.
- 4X lebih banyak dari Vitamin A pada wortel.
- 4X lebih banyak dari kalsium pada susu.
- 7X lebih banyak dari kalium pada pisang.
- 7X lebih banyak dari vitamin B1 dan B2 pada ragi.
- 6X lebih banyak dari polifenol pada anggur merah.
- 4X lebih banyak dari asam folat pada hati sapi.
- 4X lebih banyak dari vitamin E pada gandum.
- 2X lebih banyak dari serat pada gandum.
- 1,5X lebih banyak dari asam amino esensial pada telur
- 25X lebih banyak dari zat besi pada bayam.

Manfaat Daun Kelor :

1. Menurunkan tekanan darah tinggi.
2. Mengurangi kolesterol
3. Meningkatkan kinerja jantung
4. Menurunkan kadar gula dlm darah / diabetes
5. Sebagai Antioksidan, mengeluarkan racun dlm tubuh
6. Anti kanker, tumor
7. Mencegah kerusakan hati dan ginjal

8. Mengatasi kemandulan
9. Menyembuhkan penyakit SPLENOMEGALI yaitu terjadinya pembengkakan pada limpa
10. Mempercepat produksi sel darah merah (baik diminum untuk ibu2 pasca kelahiran).
11. Memperkuat Rahim
12. Membantu meringankan sakit pegal karena asam urat dan rematik.

Semoga bermanfaat...☐

MENGUNCI KEBENCIAN, MENGUNCI DIRI SENDIRI

Be happy always. Have a nice day ☐☐ ~~~MENGUNCI KEBENCIAN, MENGUNCI DIRI SENDIRI

Seorang wanita kembali mengalami mimpi yang aneh dimana banyak orang terkurung di dalam rumah dengan kunci karat pada pintu, memohon dikeluarkan.

Dadanya terasa sakit setiap kali terbangun dari mimpi.

Seiring berlalunya waktu, ia jatuh sakit karena sakit dada, dan merasa cemas serta gelisah.

Ia mendengar bahwa seorang biksu tua dapat menyembuhkan penyakit aneh, jadi ia melakukan perjalanan jauh untuk mengunjunginya.

Biksu tua itu memberitahu dia, “Tidak sulit.

Saya bisa memberimu kunci emas.

Kamu menggantung kunci itu di depan kamu dan ingat untuk menggunakan kunci itu untuk membuka rumah gelap saat kamu mengalami mimpi yang sama.

Penyakit kamu akan hilang setelah kamu mengeluarkan orang-orang di dalam rumah itu.”

Ia berterima kasih kepada biksu dan kembali ke rumah bersama kunci tersebut.

Mimpi yang sama terjadi lagi beberapa hari kemudian.

Kali ini, ia mendekat dan melihat ke dalam rumah dimana menemukan orang-orang yang ia benci, termasuk ibu mertua yang memaki dia, seorang tetangga yang menjelekkan dia, seorang teman masa kanak-kanak yang mendorongnya ke parit kotor dan hampir tenggelam, dan lain-lain.

Ia melihat lebih lanjut dan menemukan seekor anjing yang lumpuh.

Ini menyadarkan ia bahwa anjing yang biasanya menggigit dia dalam perjalanan ke sekolah saat masih muda.

Singkatnya, semua yang pernah melukai dia sebelumnya.

Ia memutuskan untuk tidak membuka pintu karena mereka pantas dihukum.

Ia tidak menggunakan kunci emas miliknya meskipun mereka menangis-nangis minta tolong.

Enam bulan telah berlalu dan penyakitnya makin memburuk.

Ia pergi mengunjungi biksu tua itu lagi.

Biksu tua berkata, “Kamu hanya mempunyai satu kesempatan lagi.

Jika kamu melewatkan kesempatan ini, kunci emas tidak mampu membantu kamu.

Kamu akan mengalami mimpi yang sama lagi malam ini.

Kamu harus membuka gembok itu sebelum karat menutupi keseluruhan kunci.” Ia memutuskan untuk melakukannya.

Sesuai prediksi biksu, ia mengalami mimpi yang sama lagi malam itu.

Tanpa keraguan, ia dengan berani mengeluarkan kuncinya dan membuka pintu.

“Klank!” orang-orang di dalam rumah bergegas keluar begitu pintu dibuka.

Seorang wanita berjalan perlahan di belakang mereka.

Ia tampak tidak rapi, lemah dan menyedihkan.

Wanita itu menyerupai dirinya.

Ya, dia!

Rumah gelap tiba-tiba runtuh saat wanita itu berjalan keluar dari rumah.

Sinar matahari memancar ke bawah.

Sangat terang dan ia terbangun dari tidur.

Ia mendengar suara biksu, “Mengunci orang lain adalah juga mengunci diri sendiri.

Mengunci masa lalu adalah sedang mengunci hati kita sendiri.

Kebencian menumpuk di dalam rumah gelap itu.

Buka jendela, dan biarkan sinar matahari masuk ke dalam.”

Penyakit wanita itu hilang.

Matanya tampak berbinar, wajahnya tampak cerah, dan ia tampak cantik kembali.

Apakah kita masih memiliki rumah gelap di dalam hati kita?

Jika ya, maka rumah gelap itu tentu saja mengunci peningkatan kita dan mengunci penawaran penyelamatan kepada makhluk hidup.

Mempertahankan kebencian apapun terhadap orang lain akan menyebabkan kita tidak bisa membebaskan orang lain atau diri kita sendiri.

di [Agustus 22, 2018](#)

HARGA LUTUT ANDA RP 200 JUTA. PELIHARALAH & JAGALAH

Saran dr. Hendrawan Nadesul

HARGA LUTUT ANDA RP 200 JUTA. PELIHARALAH & JAGALAH

Banyak yang tidak tahu, karena memang tidak ada yang memberitahu, kalau sudah usia kepala 5, sebaiknya tidak memilih jogging, berlari, apalagi lompat.

Pengetahuan yang sesungguhnya murah ini, menjadi mahal, bahkan bisa sangat mahal jika masyarakat tidak tahu, karena sendi lutut telanjur rusak.

Oleh karena ongkos mengganti satu lutut yang telanjur rusak akibat tidak tahu itu, harganya Rp 200 juta !!

Jangan sampai salah memperlakukan sendi lutut, akibat masih tetap jogging, berlari, tennis, badminton, volley dan aktivitas fisik lain yang membebani sendi lutut.

Itu yang saya maksudkan dengan pengetahuan sehat itu murah.

Contoh lain yang tidak boleh dilakukan di usia kepala 5, tidak menginjak kerikil tanpa alas kaki sehingga saraf2 telapak kaki menderita radang akibat tertekan kerasnya kerikil yg sangat keras selama memikul bobot tubuh.

Alasan bahwa itu sebagai refleksologi tidak bisa diterima akal sehat.

Refleksologi? Tekanan yg diterima telapak kaki hanya dilakukan oleh jempol tangan saja yg tekanannya paling

kuat hanya sekitar 5 kg.

Namun apabila berdiri di atas kerikil, tekanannya adalah seberat bobot tubuh.

Karena tidak ada yang memberitahu dan hanya karena mendengar katanya menginjak kerikil tanpa alas kaki bisa menyehatkan, maka yg semula maunya sehat, malah jadi korban kerusakan saraf telapak kaki.

Akibat buruk menginjak kerikil bisa mengakibatkan terjadinya fascitis/plantaris.

Mudahnya pengetahuan yang memberi informasi tidak menginjak kerikil tanpa alas itu menjadi mahal kalau kita tidak tahu.

Salam sehat,
Dr HANDRAWAN NADESUL (UI)

Apakah anda takut dengan kegelapan? Apakah anda takut dengan masa depan?

ARE YOU AFRAID OF THE DARK?

ARE YOU AFRAID OF THE FUTURE?

(Apakah anda takut dengan kegelapan?

Apalah anda takut dengan masa
depan?)

Judul artikel ini diambil dari sebuah novel Sidney Sheldon.

Tetapi yang akan saya ceritakan di sini adalah cerita tentang seorang CEO sebuah TV yang mengumpulkan semua karyawannya dan dengan lantang dia berkata, "Saat ini pendapatan kita sepenuhnya berasal dari iklan TV. Padahal setiap tahun pendapatan kita dari iklan turun 20 percent, berarti 5 tahun lagi, pendapatan kita dari iklan akan habis. Saya mengajak kita semua mencari sumber pendapatan baru di luar iklan?"

Wow.... lets look at his leadership capability:

- VISIONARY

He sees the future before anyone else

Dia sudah membaca trend yang akan terjadi di masa depan

- COURAGE

Dia berani menyampaikan kabar buruk kepada ribuan anak buahnya.

Creating discomfort.

And this is risky.

Mungkin akan ada beberapa yang keluar karena merasa tidak aman.

Tapi dia tidak takut menyampaikannya karena memang itu yang harus dilakukan agar survive di masa depan

- ENGAGING PEOPLE

Dia mengajak seluruh karyawan untuk mencari sumber pendapatan baru di masa depan

- ACTION ORIENTED

Dia akan memonitor implementasinya. Dia akan mentrack berapa ide baru yang dihasilkan dan bagaimana ide ide baru itu akan men-generate revenue baru.

That's the four characters that all leaders should have:

- Visionary

- Courage

- Engaging People

- Action Oriented

Saya membuka artikel ini dengan pertanyaan, "Are you affraid of the dark? Are you affraid of the future?"

Apa maksudnya?

Apakah anda takut dengan masa depan?

Jawabnya ... kita mestinya takut.

Karena masa depan penuh dengan ketidakpastian, kerumitan, kerancuan dan kerapuhan bagi bisnis kita (Uncertainty, complexity, ambiguity and vulnerability).

Masa depan penuh dengan kegelapan.
Kita sekarang mestinya kebingungan dengan apa yang akan terjadi di masa depan.
Semuanya serba gelap (ketidakpastian).
Dan kalau anda ditanya apa yang akan terjadi di masa depan, jawabannya mestinya, "Tahu ah...gelap"
Because it is dark! Extremely dark!

Saya dan keluarga saya pernah berkelana ke sebuah gua di Buniayu di Sukabumi.
Di dalam goa adalah zone of external darkness.
Hanya kelelawar dan jangkrik goa yang bisa bertahan hidup.
Kami bersama ketiga anak-anak kami selalu berjalan berhati-hati dan berpegangan tangan, bermodalkan lampu belerang dengan cadangan waktu menyala yang sangat terbatas.
What happen?
You should be affraid of the dark.
You should be affraid of the future.

Tetapi seharusnya ketakutan itu membuat kita waspada.
Ketakutan itu seharusnya menjauhkan kita dari zona nyaman, dari kelengahan, dan dari complacency.

Seharusnya kita mencontoh CEO TV swasta tadi yang karena begitu khawatirnya (bahwa mereka akan kehilangan sumber revenue nya dalam 5 tahun), maka dia berani mengumpulkan semua karyawannya dan berkata, "Kalau kita tidak mencari sumber revenue baru, maka kita akan mati 5 tahun lagi"
Again ... it is not about improving step by step, bit by bit or process by process.
It is about dramatic transformation, it is about quantum leaps and it is about "change or die".

Problemnya berapa banyak orang yang seperti CEO TV swasta tadi?

Kita lihat dulu pada diri kita sendiri dan bagaimana kita mengelola Personal Development kita?
Bisa nggak kita belajar kompetensi baru 5 tahun sebelum krisis melanda industri kita, perusahaan kita atau pekerjaan kita?
Nggak banyak kan?
Why? Jawabannya adalah sesuai dengan judul artikel ini (yang dicopy dari judulnya Sidney Sheldon)
because you are not affraid of the dark.
Because you are not affraid of the future.
Well... YOU SHOULD BE .
Because there are so many uncertainty in the future.
Ada seorang filosof ternama yang mengatakan, "Only paranoid will survive" (this means others will die).
Karena paranoid selalu waspada, karena paranoid selalu panik.
Karena paranoid merasa selalu dalam kegelapan.
Well... mungkin life is not that extreme.
But please make sure you are not complecent.
Dan pada saat saya bilang bahwa anda harus takut dengan masa depan yang tidak pasti, dan kemudia kita harus mengalirkan ketakutan itu menjadi energy positive untuk selalu waspada dan bersiap-siap menghadapi ketidakpastian itu!

Sekarang saya akan memberi contoh perusahaan perusahaan yang complacent atau lengah atau lupa.

1. Lupa melihat customer

Sebuah perusahaan tinta cetak photo ternama dari Jerman lupa dan lengah melihat trend bahwa customer tidak mencetak photo lagi.
Akibatnya pendapatan merosot tajam dan akhirnya bangkrut.

2. Lupa melihat competitor

Sebuah perusahaan handphone ternama lupa atau lengah melihat bahwa competitor mereka maju jauh lebih pesat sementara mereka berkutat dengan software platform milik mereka sendiri.
Mereka ditinggalkan customer setia mereka dan pendapatan menuruni tajam.

3. Lupa melihat technology

Sebuah perusahaan taxi besar dari Tiongkok lupa atau lengah melihat bahwa technology dan aplikasi akan membuat pelanggan mereka beralih dari taxi tradisional ke online application.
Akibatnya pendapatan para sopir taxi menurun tajam dan bahkan beberapa akhirnya demo ke jalan-jalan di

beberapa kota di Tiongkok.

Ingat, semuanya konsekwensi nya fatal bagi bisnis.

Ingat, semuanya bermula dari lupa atau lengah melihat sekeliling kita, dan lengah untuk berwaspada menghadapi masa depan.

Jadi apa dong yang harus anda lakukan sebagai seorang leader?

1. LETTING GO THE PAST GLORY

Jangan terbuai dengan kejayaan di masa lalu. Sebesar apapun anda, sehebat apapun anda, ternyata masih bisa juga hancur ditelan waktu apabila lengah. Lihat contoh contoh di atas.

Mindset untuk tidak terus menerus terbuai dengan masa lalu tetapi fokus kepada masa depan akan sangat penting untuk survival anda.

2. DEVELOP A BOLD VISION FOR THE FUTURE

Bersama sama tim anda harus mengembangkan visi baru yang ambisius, jelas dan bisa menginspirasi semua team member.

Visualize the success.

Draw the picture how the success would look like.

Then motivate your team to move to the right direction.

3. ENGAGING YOUR EMPLOYEES AND ALL KEY PLAYERS

"The worse situation a leader can be in, is when he has no follower"

Kadang kadang leader terlalu ambisius dengan visinya, berlari cepat seorang diri dan baru menyadari bahwa ternyata anak buahnya nggak ada yang ikut di belakangnya.

You have to engage all the team members and all the key players, your peers, your boss and your stakeholders.

4. BUILD LEARNING AGILITY AND KEEP FUTURE-FOCUSED

Pada saat team sudah berlari kencang tetaplah waspada.

Ingat bisa saja trend berganti begitu cepat.

Bisa saja customer meninggalkan anda karena hal hal yang selama ini tidak anda perhitungkan (contoh pada saat bus malam berkompetisi sesama mereka ternyata penumpang berpindah ke kereta api dan pesawat yang harganya makin terjangkau, they are the invisible competitors).

Makanya kita harus selalu waspada dan terus menerus membentuk learning agility, kemampuan seorang individu dan sebuah organisasi untuk mempelajari hal hal baru demi masa depan.

Akhirnya, sebagai final reminder, ingat, mari kita tiru leadership character dark CEO TV tadi ...

1. Visionary
2. Courage
3. Engaging People
4. Action Oriented

Salam hangat

Pambudi Sunarsihanto
di [Agustus 20, 2018](#)